Утверждено
Директор МКДОУ «Улыбка» г.п. Чегем
_____К.С.Дикинова

Ежедневное меню на 06.10.2026 (7)г

№	Наименование блюда	Масса порции (гр.)	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак			
1	Суп гречневый	180	156,00
2	Чай с сахаром	180	50,4
3	Хлеб пшеничный	40	82,6
Всего в завтрак:		400	148,6
Второй завтрак			
Вафли		40	217,0
Обед			
1	Рассольник «Ленинградский»	180	145,0
2	Рыба запеченная гарнир (макароны)	80 130	132,0 168,45
3	Компот яблочный	180	87,8
4	Хлеб пшеничный	70	158,90
Всего в обед:		640	692,15
Полдник			
1	Каша перловая	180	164,0
2	Кофе с молоком	180	116,00
3	Хлеб пшеничный	40	82,6
Всего в полдник:		420	526,6
Итого в день			1,110,41